

「支援學障中學生改善人際關係、迎接未來」 講座



讀寫障礙青少年的個人成長

莫愉燕姑娘 (Mil Mok)

香港傷健協會

SEN青少年生涯規劃項目

輔導員

摘星及職路計劃

▶ **15-29** 歲特殊學習需要(SEN)青年

(讀寫障礙、專注力不足、肢體傷殘、亞氏保加)

將離校/待業/低動機/已在職

方向：具SEN特色生涯規劃的支援服務

跟進年期1-2年

荊棘中成長

讀寫障礙

專注力不足

肢體傷殘

亞氏保加



個案分享：A 的故事

個案開始：2014年8月

年齡：21歲

畢業：VTC中華廚藝學院

我和「讀寫障礙」

我叫A，今年21歲。外表上看來，我和一般的年輕人沒有分別。事實上，我自小便有一位形影不離的朋友。因為擁有這位特別的朋友，我的生活也過得與其他人不一樣。

這位朋友總是將書本上的文字變成我眼中的一幅幅圖畫。於是自幼稚園開始，我便踏上了「畫」字之旅。其他同學可能看到或學到一個「字」後，練習幾遍便能夠認出來和寫出來，而我卻需要較多的時間去量度該字的筆畫與筆畫之間的距離、去分辨哪些筆畫是連在一起哪些是分開的，以準確地去把它們畫出來。在一輪訓練下，我能夠準確地畫出不同的字，卻不懂它們背後的意思。因此，自小一開始，我便「講就有問題」，但一到默書、答卷，凡牽涉到需要認字、運用字去表達意思的部分便很「難過」。

除了中文外，英文也如是。聽到一個英文單字，我能夠明白意思，但卻無法拼寫得出它們來。因此，我的學業成績總是處於低谷。對於家人來說，她們只覺得是因為我不夠勤奮，便不斷地要求我抄寫，希望能藉此令我和文字做「朋友」，無奈我只能一遍又一遍地把它們畫出來，卻不懂得它們，心裡覺得完全幫不到自己。

直至升中後，老師發覺我有太多字都不認識，於是安排了校內讀寫評估。這個時候，我才知道這位老朋友原來叫做「讀寫障礙」。

在中五後，學校開始提供電腦讀卷的調適支援，我才能於選擇題上取得大部分的分數。但在文字題上，即使我知道答案但也無法完成答卷，心裡沮喪得很。作文時更是無處下手，因為懂得寫的詞彙太少，所以作文都是千篇一律地由那些少得可憐的字詞拼湊成，更惶論可以寫出切合題目及自己意思的文章了。

幸好，知道原來是「讀寫障礙」後，家人也開始明白和體諒到我的限制，後來還讓我參加了圖像記憶法的課程。於是，我便學習用圖像去幫助自己記住文字的發音，漸漸地我才開始記得多一點生字和它們的讀音。另外，我也會運用圖像記憶去幫助我去處理其他生活事項，例如記住工作程序及認路等。直至現在，我仍將圖像記憶法視為最幫助到自己的生存技巧之一。

我們看讀寫障礙青年

- ▶ 大多有讀寫障礙的朋友，外表都是與一般人沒有分別的，但因為腦部發展上的障礙，他們在語言理解、認字、書寫、邏輯推理、記憶和組織力上都會遇上不同程度的困難。
- ▶ 在沒有被識別出來的情況下，對於學業成績的不理想，他們大多被貼上懶惰或愚蠢的標籤。即使他們很努力去抄寫、練習，但結果大都令人失望，加上如果家人不理解、指責、甚至懲罰，他們就更加啞口吃黃蓮 (委屈)。

- ▶ 語言理解、邏輯推理、記憶和組織力上的困難，也會影響生活。

E.g. 行為問題：學不到生活規範、不理解為什麼被罰

理解慢、記憶差、步驟做錯、東西混亂、沒有解難

- ▶ 在學業和生活上不斷累積的挫折感，加上如果沒有得到適當的協助或缺乏在其他生活方面的成功感，他們便很容易變得自我形象低落、自信心弱、低動機，影響長遠的心理社交發展。



天生的障礙

→ 別人都好自然地明白 VS 自己就唔明、理解錯、被誤解(委屈)、自己也不明白為什麼被誤解、覺得很難

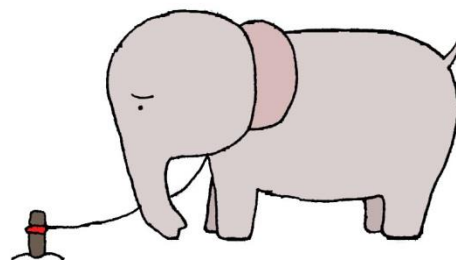
→ 努力，再努力，仍是失敗 (沒溫書而不合格 VS 溫書而不合格)

→ 覺得自己蠢、冇能力 → 更挫敗

▶ 遭遇連續性挫折



習得性的無助感 (learned helplessness)



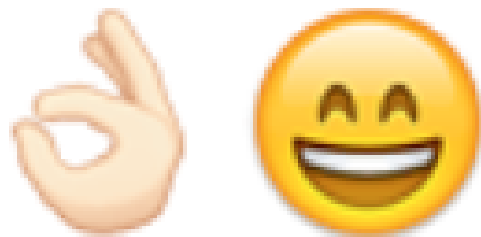
當人或動物認知到：

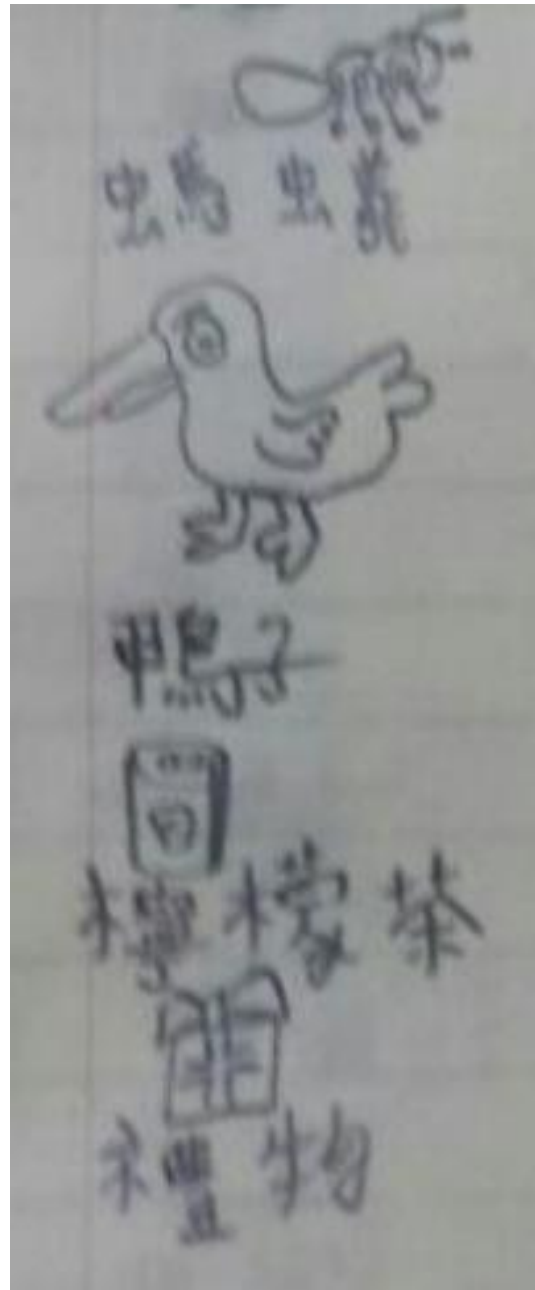
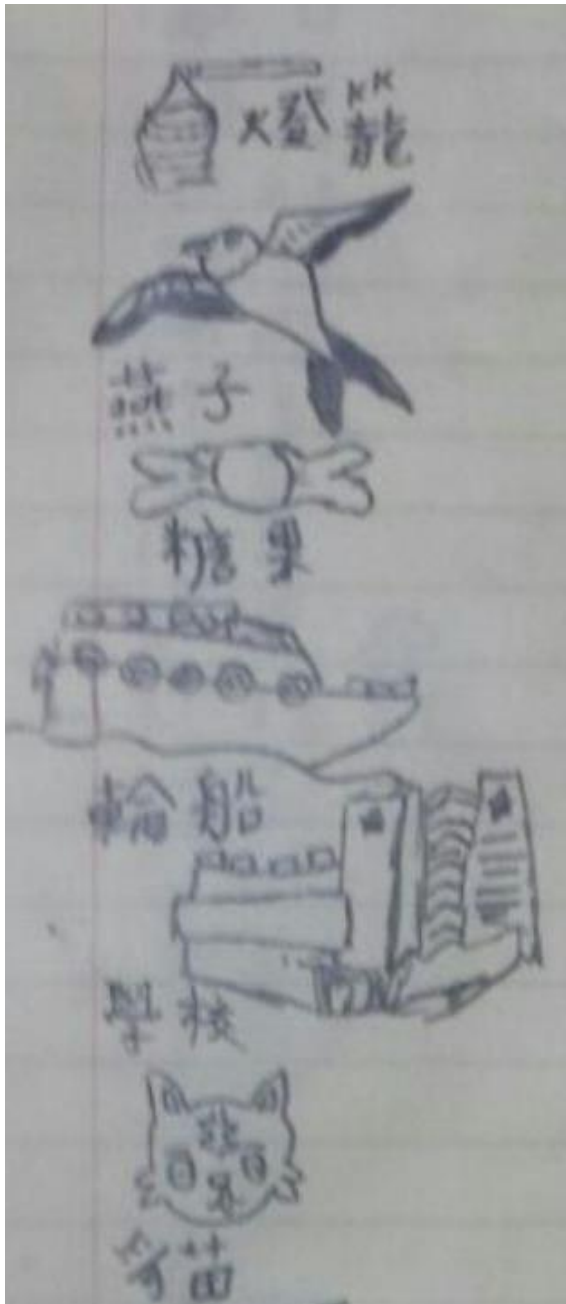
他再如何努力都無法改變現狀時，他便會放棄所有的努力。

SEN青年常見表現：

- ▶ 沒有目的或酬賞的期待
- ▶ 認為自己無法改變結果
- ▶ 覺察到自己的無能力感且無法掌控外在的環境
- ▶ 最後很可能會放棄活動的參與 (VS 自尊、自我感覺的保護)

Whatsapp 溝通 真·OK？







面包: 方包-250 ①

② 卷 ④

法^{x3} 200 法^{x1} 300

③ 肉^{x5} 400


大雞串 - 

小雞串 - 

綠菜豆沙包 - ○

香芋球 - ○

甜脆 - ○


朱甜脆 - 

肉卷 - 


南瓜 - 

種子 - 

朱合桃 - ○

黑椒 - 

咖啡 - 

黑麥 - 

火月^{x4} 2 肉法包^{x4} 1 牛油肉 - 

芝法 - ○

子 1800

⑤ 1500 50

K 30

肉 180 涼茶 300

南瓜 360

黑芝麻 300


茄 400


子 380

黑麥 400

火月^{x4} 2 肉法包^{x4} 1

✂

早上 2 

下午 1 

360

380

420

甜品店



甜品店

老闆：「好似呢罐咁入好佢」



7/11便利店 收銀機



7 5 9 麵包工房

工作技巧 + 人際相處



團年飯

溝通技巧



<https://www.youtube.com/watch?v=G1idXu82HeE>

▶ 5:12-7:55

透過小組及活動促進青年成長

- ▶ 職前培訓
- ▶ 自我認識小組
- ▶ 臨床心理學家輔導服務
- ▶ 義工服務：
 - ▶ 探訪露宿者體驗活動



- ▶ 模擬職場活動：
 - ▶ 咖啡拉花，甜品製作班
- ▶ 實習：幫手教整甜品
- ▶ 建立支援性的人際關係網絡



► 情緒小組

e.g. 一位SEN 學生穿襪子的



「明知佢係幫緊我，為我好，但都會發脾氣」



「婆婆，我在找東西，等陣至同你傾」



訪問：南華早報、公益金、開幕禮 分享 發揮強項 + 強化成果



工作歷程·成長歷程

(2015年1月 - 2016年2月)

生活上的溝通、
解難：
Whatsapp錄音、
學認字、打字
APPS

團年飯：
溝通技巧

小組/活動：
動機提升、情
緒、自我認識、
能力提升

甜品店

7/11便利
店

7 5 9 麵
包工房

咖啡角店
員

杏仁條

拍照記憶

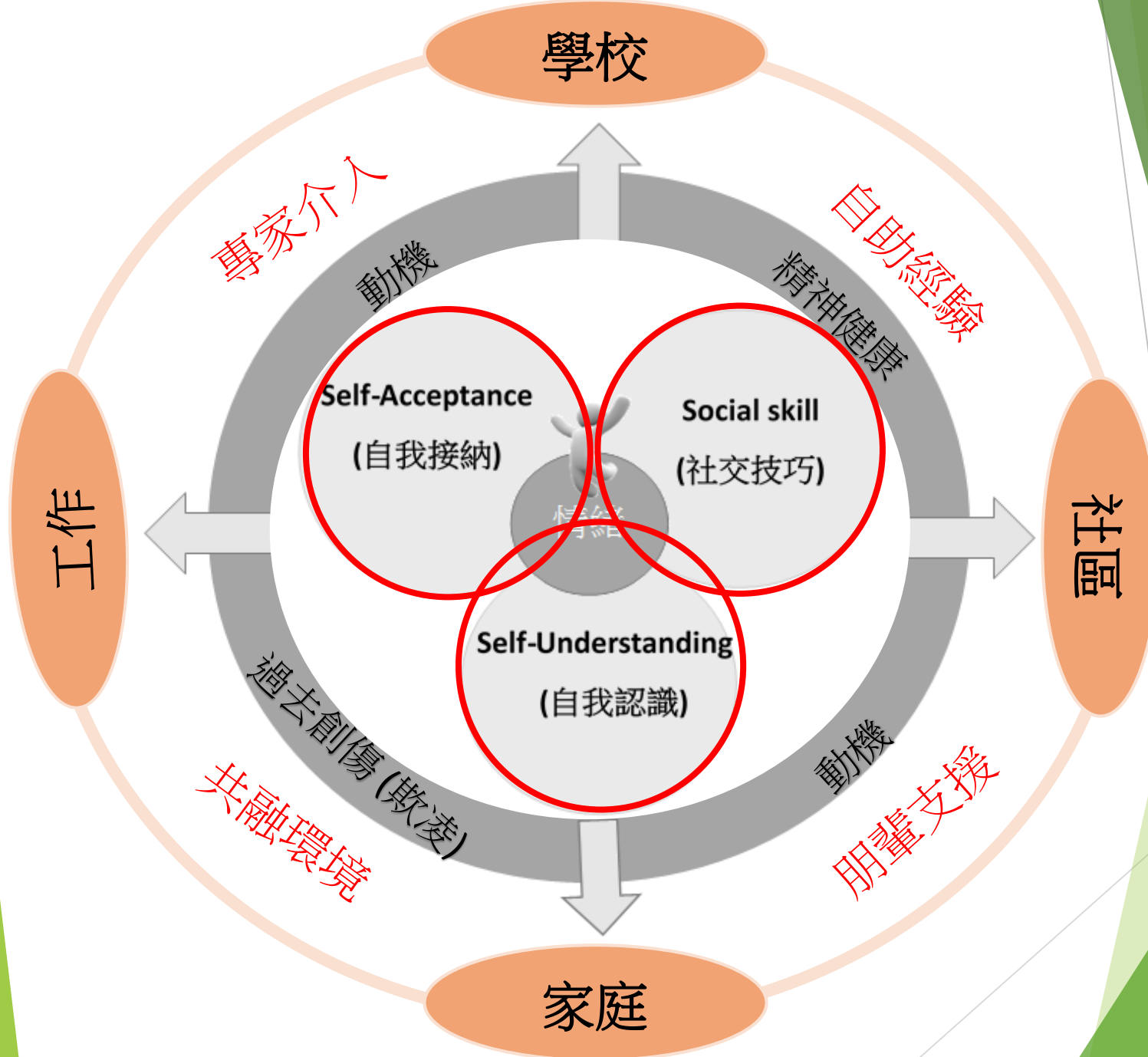
技巧
情緒
人際相處技巧

澄清發問: 工作時間、
性質、期望

情緒
記憶
人際相處技巧

生涯規劃





學障青年一站式生涯規劃及就業支援

學校

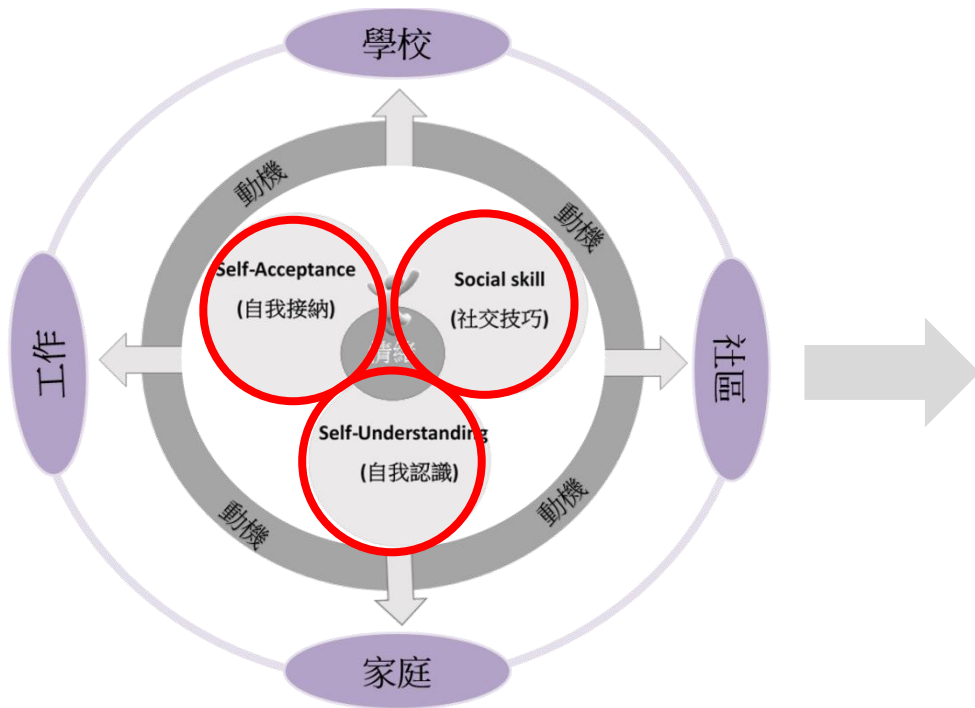
社區

職場



摘星計劃

職路計劃



15-29歲預備離校的青少年

STAR-Project (摘星計劃) 一站式具SEN特色的社區支援 服務

1. **S**chool to community
 (由學校到社區)
2. **T**eens -orientated / Youth
 Oriented
 (青年特色)
3. **A**n Integration Platform
 (共融平台)
4. **R**elationship / Engagement
 (關係/同在)

轉變的要素

The background features a series of overlapping, semi-transparent green triangles and polygons of various shades, ranging from light lime green to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side of the frame, creating a dynamic, layered effect against the white background.

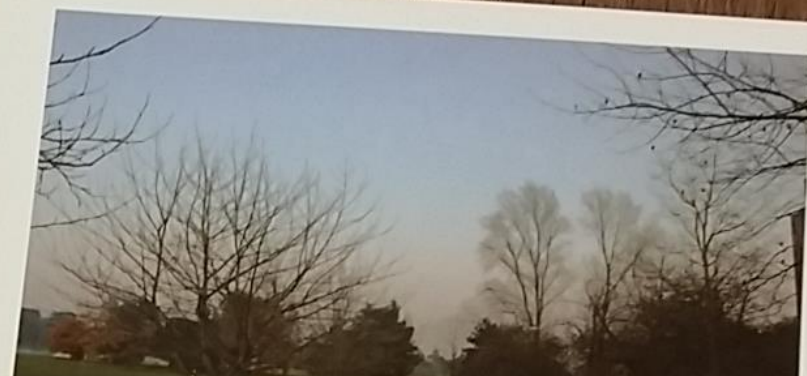
▶ 同理

- ▶ 好好地陪伴一個人，深深地明白一個人

▶ 接納、包容

- ▶ 全人的關懷和支援：需要、動機、情
續、行為...

→ 在新的互動中，透過正面的新經驗去洗滌舊經驗，去重新經歷關懷和接納，從而去學習愛自己、接納自己，找到動力去改進自己！



有人一起享受、
一起快樂、
一起經驗生命的美好
不孤單



覺察卡 12

完完整整的被接納
或
完完整整的接納人



覺察卡 5

做到原本做不到的
自我超越/擴展生命



覺察卡 26

為人帶來
快樂、歡笑
讓人感受到幸福



覺察卡 19

感受到生命的美好



覺察卡 46



一張100蚊紙的故事

21:21 - 23:40



Happy Children's Day
Wallpapers by WALLCOO.COM

「讀寫障礙知多 D」



- 從評估報告了解學童的困難和需要的支援

日期：2016 年 4 月 12 日 (二)

時間：早上十時至一時

對象：社工 或 服務對象為 SEN 學童之同工

(歡迎有興趣家長旁聽)

名額：40 名

地點：賽馬會沙田青少年綜合服務中心

(新界沙田第一城恆城街 2 號三十四座地下)

查詢及報名：26325701 葉姑娘

內容：

1. 不同類別的特殊教育需要
2. 不同的評估與不同界別的专业人士
3. 讀寫障礙的專業評估
4. 評估報告「多面睇」
5. 評估、診斷、與香港的教育支援及考試調適



講者：孔陳錦霞

- 畢業於香港大學，現任香港大學社會工作及社會行政學系榮譽講師，香港特殊學習障礙協會前副主席
- 修畢英國 The Kingston University Postgraduate Certificate in Professional Studies in Education (SpLD/Dyslexia) 及 Hornsby International Dyslexia Centre, Hornsby Diploma (SpLD/Dyslexia) 課程並取得文憑。

孔太對教導本地學障學童、家長及教師，都有極豐富的經驗和心得。她曾為香港教育局舉辦了共 20 多個培訓老師教導學障學童的課程。自 2003 年，她不斷獲不同大專院校、教育機構和團體、及香港特殊學習障礙協會邀請，主講/教授與特殊學習障礙相關的講座、家長教育及親子及工作坊。孔太也是學障學童家長，她除了對教導學障學童有寶貴的實踐經驗，對學障家長面對的壓力及困難，也有透徹的了解。



香港傷健協會
HONG KONG PHAB ASSOCIATION

青年發展 : 姜姑娘 (Gloria Keung)

摘星計劃 : 李浣琳姑娘

職路計劃 : 譚子康先生

聯絡方法

電話 : 2632 5701

傳真 : 2635 1719

電郵 : star@hkphab.org.hk

網頁 : <http://star.hkphab.org.hk>

創建共融空間、展現青年無限